DOCUMENT RESUME

ED 471 261 PS 030 862

TITLE	Buen Comienzo, Buen Futuro: El Bebe de Seis Meses (Healthy Start, Grow Smart: Your Six-Month Old).
INSTITUTION	Department of Agriculture, Washington, DC.; Department of Education, Washington, DC.; Department of Health and Human Services, Washington, DC.
PUB DATE	2002-00-00
NOTE	29p.; This publication was an initiative of Laura Bush as the First Lady of Texas and sponsored by the Texas Department of Health. For English version, see PS 030 665. Developed with Susan H. Landry abd Craig T. Ramey.
AVAILABLE FROM	ED Pubs, P.O. Box 1398, Jessup, MD 20794-1398. Tel: 877-433-7827 (Toll Free); Tel: 800-872-5327 (Toll Free); Fax: 301-470-1244; e-mail: edpubs@inet.ed.gov; Web site: http://www.ed.gov/pubs/edpubs.html/. For full text: http://www.ed.gov/offices/OESE/earlychildhood/healthystart/ .
PUB TYPE	Guides - Non-Classroom (055)
LANGUAGE	Spanish
EDRS PRICE	EDRS Price MF01/PC02 Plus Postage.
DESCRIPTORS	Child Health; Child Rearing; Child Safety; Childhood Needs; Cognitive Development; *Infant Care; *Infants; Multilingual Materials; *Parent Child Relationship; Physical Development; Play
IDENTIFIERS	Brain Development

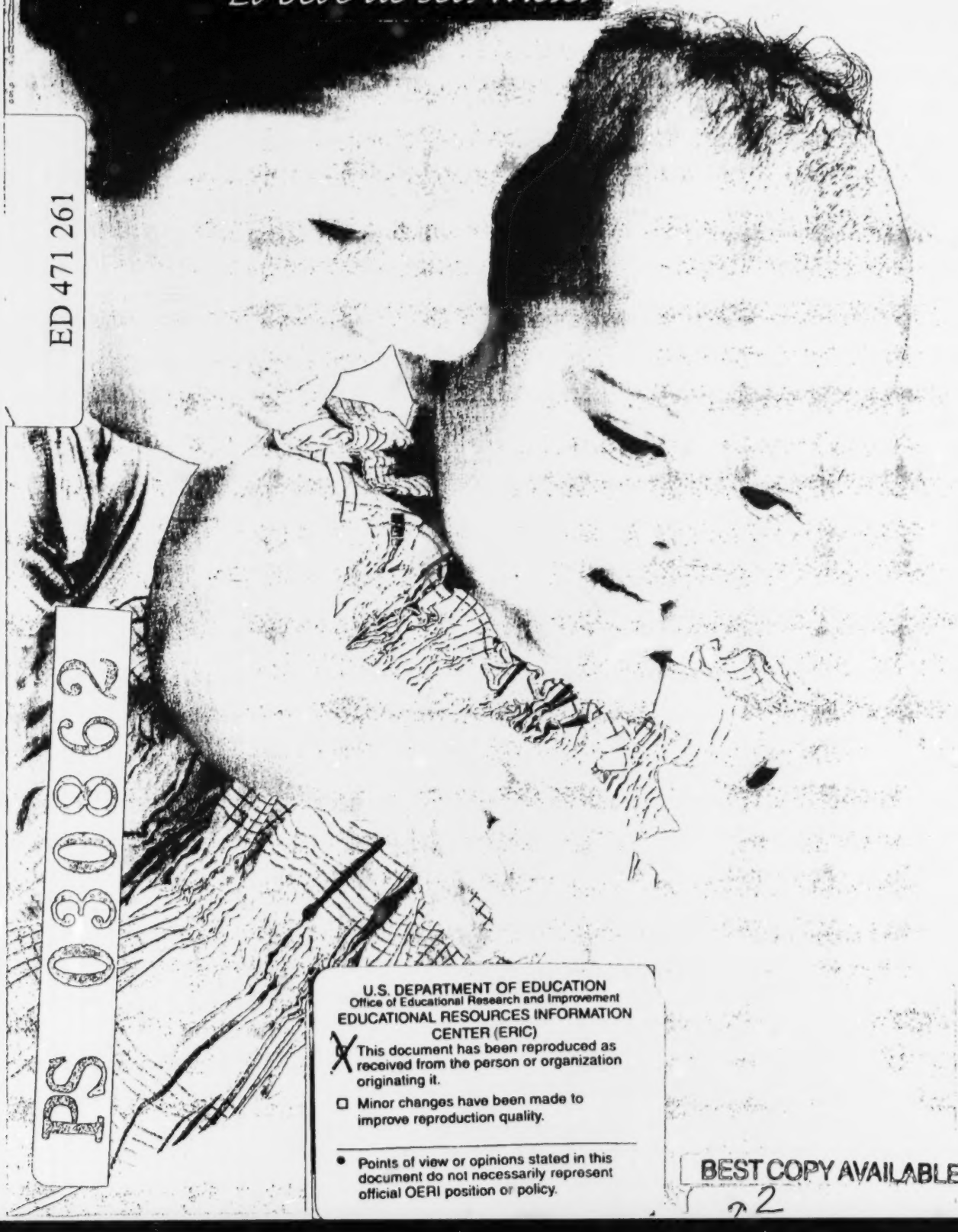
ABSTRACT

Distributed by the U.S. Departments of Agriculture, Education, and Health and Human Services, this Spanish-language pamphlet provides parents with information and advice about their infants in the sixth month of life. Following a brief description of developmental characteristics at this age, the pamphlet offers advice on a variety of topics, including: finding a trustworthy doctor, introducing new foods, letting the infant fall asleep on his or her own, guiding the infant's activity, brain development at six months, games and floor time as play time, and child safety. The pamphlet concludes with a list of relevant information resources for families. (HTH)

Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made
from the original document.

Buen Comienzo, Buen Futuro

El Bebé de Seis Meses



ED 471 261

PS 030862

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

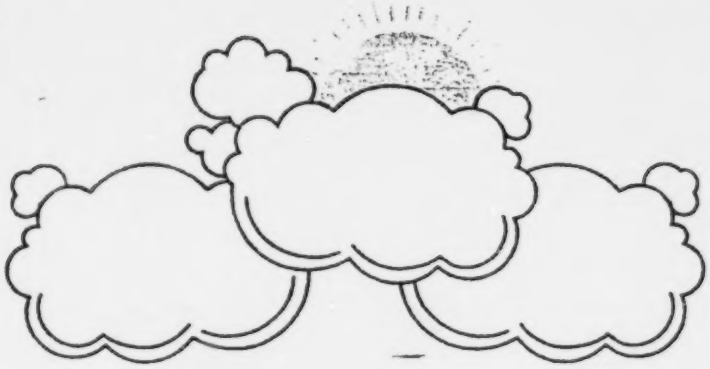
X This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.

☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

BEST COPY AVAILABLE

BEST COPY AVAILABLE



Buen Comienzo, Buen Futuro

El Bebé de Seis Meses

Preparado por el:
Departamento de Agricultura de EE.UU.
Departamento de Educación de EE.UU.
Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU.

2002

Reconocimientos

Esta publicación fue una iniciativa de la Sra. Laura Bush como primera dama de Texas y fue patrocinada por el Departamento de Salud de Texas. El presidente Bush y la Sra. Bush han pedido que el Departamento de Agricultura de EE.UU., el Departamento de Educación de EE.UU. y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. revisen esta serie de publicaciones y la distribuyan.

Nos gustaría agradecer al Departamento de Salud de Texas por su colaboración y ayuda para llevar esta publicación a las familias de todo Estados Unidos. Además, reconocemos las contribuciones de Susan H. Landry, Ph.D., Craig T. Ramey, Ph.D. y de muchas otras personas que participaron en la preparación de esta revista.

Lo que encontrará adentro

El bebé de 6 meses 1

Examen de los 6 meses del bebé 2

Cómo encontrar a un doctor confiable 3

Su bebé puede comer nuevos alimentos 4

El biberón puede causar caries 5

Deje que el bebé se alimente solo 6

Cómo lograr que el bebé se duerma solo 7

Los abuelos y otros adultos 8

¿Cómo es tener 6 meses? 9

Cómo guiar al bebé activo 10

Cómo se desarrolla el cerebro del bebé 11

Juegos para el bebé de 6 meses 12

El piso es para jugar 13

Rincón de prevención 14

Cómo lograr que la casa sea segura para el bebé 16

Ratos tranquilos con el bebé 17

Fuentes de información para las familias 18

El bebé de 6 meses

Su bebé ya va en la mitad de su primer año de vida. Ahora es muy activo. Puede que agarre cosas y agite la sonaja. Quizás se siente con ayuda. Balbucea y hace una variedad de sonidos.

Le interesa todo lo que está a su alrededor. Quiere tocar las cosas, jalarlas y metérselas a la boca. Puede ser difícil satisfacer constantemente su curiosidad. Diviértanse con su hijo. Sean pacientes.

Su hijo ha aprendido mucho en sus primeros seis meses. ¡Ustedes también han aprendido! Han aprendido mucho sobre cómo ser padres. Han aprendido a cuidar a su bebé aunque él no pueda comunicarles lo que necesita. Entienden los diferentes significados de su llanto. Por la manera en que llora saben que tiene hambre, que está cansado o que necesita que le cambien el pañal.

Pueden ayudarle a estar saludable y seguro. Pueden ayudarle a aprender a hablar, a caminar y a alimentarse solo. Pueden ayudarle a aprender a tomar de una taza.

BEST COPY AVAILABLE

Examen de los 6 meses del bebé

El bebé necesita otro examen médico aproximadamente a los 6 meses de edad. En este examen se harán varias cosas. El doctor examinará al bebé para ver cómo se está desarrollando.

A continuación hay una lista de algunas de las cosas que el doctor revisará:

- ★ Cómo controla el bebé el movimiento de la cabeza
- ★ Cómo alcanza y agarra objetos
- ★ Cómo se da vuelta
- ★ Cómo hace sonidos
- ★ Cómo se para mientras se apoya en alguien

El doctor también revisará el peso y la estatura del bebé y le medirá la cabeza. Le deben hacer al bebé el análisis de sangre que se llama "hematocrito" para saber si tiene anemia. La prueba se hace sacando una gota de sangre de un dedo del pie.

Al bebé también le aplicarán todas las vacunas que necesita para mantenerse sano. Pídale al doctor una copia de la tarjeta de vacunas.

El doctor o la enfermera hablará con usted sobre su bebé. Puede que le pregunte sobre cómo está desarrollándose, comiendo y creciendo. Antes de ir a la cita, haga una lista de las preguntas que quiere hacerle al doctor.

Quizás pregunte sobre cómo duerme el bebé, su comportamiento y humor. Le hablará sobre cómo mantener sano al bebé. Asegúrese de apuntar cualquier instrucción que el doctor le dé.

Cómo encontrar a un doctor confiable

Procure encontrar a un doctor que le caiga bien y en quien confíe. Es más fácil si su bebé ve al mismo doctor o a la misma enfermera cada vez. Así, será más fácil mantenerse al tanto de las necesidades del bebé.

Si no sabe a dónde llevar a su bebé para que reciba atención, llame al departamento de salud local. El número de teléfono se encuentra en la sección llamada *Government* del directorio telefónico. También puede llamar al hospital local.

Pregúntele a un amigo cercano o a un pariente adónde lleva a sus hijos para que reciban atención médica. Pregúntele si le cae bien el doctor y si éste dedica tiempo para dar explicaciones y contestar preguntas.

Si el bebé tiene derecho a Medicaid, puede recibir los exámenes sin costo alguno. Puede llamar a la oficina local de bienestar social, salud o servicios a la familia para ver si tiene derecho a los servicios de Medicaid.

Su bebé puede comer nuevos alimentos

En los próximos meses, cambiarán los tipos de alimentos que su bebé come. La lecha materna o la fórmula para bebés es todavía el alimento más importante para su hijo que está creciendo. En algún momento entre la edad de 6 y 8 meses, el bebé podrá comer frutas y verduras coladas o molidas además de cereal para bebés. Trate de ofrecerle carne si el doctor dice que necesita más hierro en la dieta. Usted sabrá cuándo está listo. Le mostrará que está interesado inclinándose hacia adelante y abriendo la boca. Tal vez le empiecen a salir los dientes. Debe poder sentarse derecho y sostener bien la cabeza para no ahogarse con la comida.

Use un tenedor o un moledor para preparar los alimentos de su bebé. La comida que le da debe tener la consistencia del puré de papa. Es bueno darle alimentos como plátanos maduros y manzanas, calabaza, zanahorias o papas cocidas. Asegúrese de quitar las semillas de los alimentos. No agregue sal, especias ni grasa a los alimentos del bebé. También puede darle alimentos para bebé que vienen en frascos.

Dele alimentos nuevos uno por uno. Ofrézcale una o dos cucharaditas. Espere una semana antes de darle otro alimento nuevo. Fíjese si tiene alguna reacción como diarrea o salpullido. Dele un solo alimento y no algún tipo de mezcla. Puede que al bebé no le gusten algunos alimentos. No lo obligue a comer. Espere entre una y dos semanas antes de volvérselos a ofrecer.

El biberón puede causar caries

Si su bebé necesita un biberón para poderse dormir, llénelo sólo con agua. No ponga leche materna ni fórmula para bebés en el biberón de la noche. No ponga jugo de frutas ni líquidos dulces en el biberón. Estos líquidos se acumulan alrededor de los dientes del bebé mientras duerme y pueden causar caries. El agua no puede dañar los dientes. En el biberón de la noche, cualquier líquido que no sea agua puede causar caries.

La caries del biberón puede causarle al bebé mucho dolor. Puede que haya que tratar el daño a los dientes en el hospital. Proteja los dientes de su bebé aun antes de que salgan. Una vez al día, límpiele las encías suavemente con una toallita limpia y suave. Asegúrese de limpiarle las encías y los dientes.

A los seis meses, enséñele al bebé a usar una taza. Puede llenarla con leche materna o fórmula. Cuando su bebé cumpla 1 año, ya no tendrá que usar el biberón y usará la taza. Darle la taza ahora ayuda a prepararlo para este cambio en su vida. También ayuda a prevenir la caries del biberón y le da a su hijo una sonrisa sana y brillante.

Antes de la hora de dormir, dele al bebé un abrazo. Préstele mucha atención para consolarlo en vez de darle el biberón. También puede darle una cobija o un juguete suave que pueda agarrar. Usted lo puede consolar mucho más que cualquier biberón.

Deje que el bebé se alimente solo

Su bebé ensuciará todo cuando está aprendiendo a alimentarse solo. Tal vez se lleve los dedos a la boca para chupárselos mientras come. Esto le ayuda a pasar los alimentos sólidos. También puede que escupa la comida. Le tomará tiempo para aprender a alimentarse solo.

Póngale un babero o un delantal al bebé o deje que coma en pañales. Puede poner un trapo debajo de la silla alta para facilitar la limpieza. Deje que juegue con la comida. Esté pendiente de él siempre que esté comiendo.

Puede que quiera tener una cuchara en la mano mientras usted le da de comer con otra. Si se le cae la cuchara, querrá que usted la recoja.

Sepa qué hacer si el bebé empieza a ahogarse. Llame al 911 de inmediato si no sabe qué hacer. Para prepararse, su doctor puede darle instrucciones o puede conseguirlas en la oficina local de la Cruz Roja Americana. Una vez que sepa qué hacer, podrá ayudarle a su bebé. Guarde siempre los números de emergencia cerca del teléfono.

Trate de darle al bebé un poco de jugo de frutas, leche materna o fórmula en una taza. Cuando le dé una taza para tomar, ayúdele a agarrarla. Use una taza de boquilla de dos agarraderas. El bebé puede agarrarla con más facilidad.

Los bebés que tienen una discapacidad o un problema médico tal vez necesiten ayuda especial. Es posible que tengan problemas físicos que dificulten la habilidad de alimentarse solos o masticar. Quizás no puedan digerir los alimentos como los otros niños. Pregúntele al doctor cuál es la mejor manera de ayudar a su hijo con los alimentos sólidos.

Cómo lograr que el bebé se duerma solo

Pregunta:
"Mi bebé se despierta casi todas las noches y llora hasta que yo vaya a atenderlo. Luego quiere jugar en vez de dormirse. ¿Qué puedo hacer?"

Respuesta:
Si se despierta durante la noche y llora para que usted vaya, espere aproximadamente cinco minutos. Es posible que se vuelva a dormir solo. Si sigue llorando, vaya a atenderlo. Háblele suavemente para consolarlo. Le puede acariciar el estómago, pero no lo cargue.

Si necesita que le cambie el pañal o parece estar enfermo, encárguese del problema. Evite alimentarlo a menos que crea que verdaderamente tiene hambre. Luego dígale que es hora de dormir y déjelo solo. No juegue con él o querrá jugar cada noche.

La mayoría de los bebés aprende a volverse a dormir sin ayuda. Es posible que los bebés que se despiertan mucho o que lloran por mucho tiempo durante la noche estén enfermos. Hable con su doctor o con el personal de la clínica sobre qué hacer.

Practique estas ideas cuando esté enseñando a su bebé a dormirse solo.
Su bebé tiene que aprender a dormirse sin ayuda. Usted le puede ayudar haciendo las mismas cosas cada noche cuando lo acueste. Cuando hace lo mismo antes de la hora de dormir, le indica al bebé que es hora de dormirse.

Por ejemplo, cada noche a la misma hora, mézalo un ratito y cántele o léale un libro. No deje que se duerma en sus brazos. Cuando le dé sueño, acuéstelo en la cuna. Ponga uno de sus juguetes favoritos en la cuna también. Quédese ahí un momento. Luego, déjelo solo para que se duerma sin ayuda.

BEST COPY AVAILABLE

Los abuelos y otros adultos

Hay muchas personas que tienen un papel importante en la vida del bebé: su madre, su padre, sus abuelos, los amigos y los otros parientes. Su hijo debe pasar tiempo tanto con su mamá como con su papá. También debe pasar tiempo con otros adultos cariñosos.

Los adultos cariñosos pueden ayudar a su bebé a sentirse seguro. Pueden darle de comer o darle un baño, cambiarle el pañal o mecerlo para que se duerma. Pueden hacer muchas cosas con su hijo.

Es bueno que su bebé pase tiempo con adultos cariñosos. Pueden sacarlo a pasear o leerle un cuento. Pueden acostarse en el piso para jugar con él. Pueden ayudarle a aprender algo importante. El bebé puede aprender a confiar en la gente y a entenderla.

Hable con los abuelos del bebé. Juntos, pueden encontrar cosas que ellos y el bebé pueden hacer y de las que todos disfrutarán. Los abuelos pueden jugar con el bebé. Pueden llevarle juguetes seguros que le ayudarán a aprender.

Los juguetes y las pelotas suaves que hacen ruido son ideales para un bebé de 6 meses. Los libros para bebés que tienen colores vivos y texturas diferentes que puede tocar le ayudarán a aprender.

Los abuelos y los otros adultos pueden:

- ★ Ayudar a enseñar al bebé a hablar imitando los sonidos que hace.
- ★ Ayudar a alimentar al bebé.
- ★ Leerle cuentos.
- ★ Contarle rimas infantiles que le ayudarán a aprender a hablar.

¿Cómo es tener 6 meses?

- ★ Volteo en la dirección de las voces.
- ★ Alcanzo juguetes y los levanto.
- ★ Puedo sostener un objeto en una mano y luego pasarlo a la otra mano.
- ★ Busco por un momento un juguete que se ha caído.
- ★ Levanto las cosas y las sacudo.
- ★ Volteo los objetos para verlos desde otro punto de vista.
- ★ Me volteo boca arriba o boca abajo.
- ★ Juego con los dedos de los pies.
- ★ Quizás te ayudo a sostener mi biberón.
- ★ Reconozco mi nombre.
- ★ Quizás juegue con la gente conocida.
- ★ Balbuceo, grito y repito sonidos.
- ★ Me siento inclinándome hacia adelante y recargándome en las manos. Puedo sentarme con apoyo.
- ★ Tal vez me den miedo los adultos que no conozco.
- ★ Reconozco las caras de las personas que a menudo están a mi alrededor.
- ★ Es posible que sepa qué significa el tono de tu voz.

Cada mes, *Buen Comienzo, Buen Futuro* dará información sobre cómo crecen y se desarrollan los bebés. Si tiene alguna pregunta o inquietud sobre cómo se está desarrollando su hijo, llame al doctor de su bebé.

Cómo guiar al bebé activo

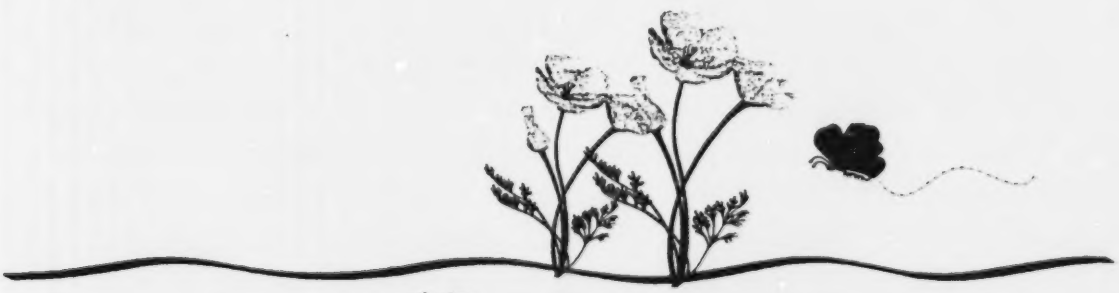
A la edad de 6 meses, su bebé es más activo. Puesto que se mueve más, es una buena idea asegurarse de que la casa sea segura. Ponga todos los productos de limpieza, las medicinas, los venenos y los objetos filosos donde el bebé no los pueda alcanzar. Asegúrese de que toda persona que cuida al bebé sepa cómo mantenerlo seguro.

A veces, tratará de alcanzar cosas que no debe tocar. Jalará sus joyas. Tal vez trate de comer un pedazo de papel. No se debe castigar a un bebé de esta edad. Está explorando su mundo. Debe controlar con delicadeza lo que hace el bebé para que no corra peligro. Así, el bebé sabrá que usted está a cargo. Debe estar con su bebé mientras explora su mundo.

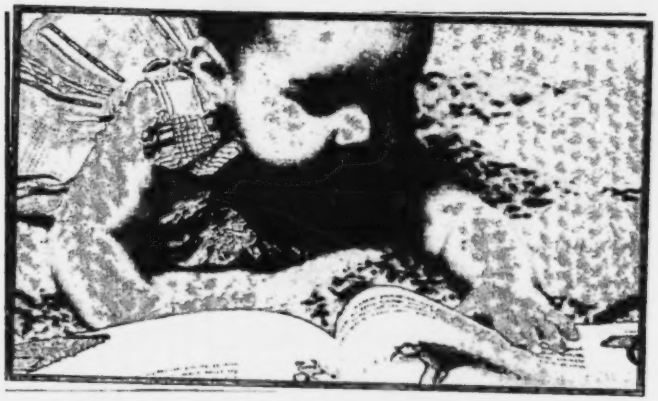
A esta edad, el bebé no hace cosas para molestarlo a propósito. Aprende haciendo cosas nuevas. No sabe los límites. Necesita que usted le enseñe qué está bien y qué está mal. Necesita que se lo enseñe de una manera cariñosa.

Siempre atienda al bebé cuando llora para asegurarse de que esté bien. Nunca lo deje solo. Siempre vigile sus actividades. Elógielo y dele un abrazo cuando haga cosas que le agradan a usted.

Dígale cuando está haciendo algo que usted no quiere que haga. Si empieza a jalar una cuerda del enchufe o si tira el contenido de una bolsa, háblele con una voz suave pero firme. No necesita levantar la voz. Tómele la mano suavemente y dele un juguete. Quizás esté muy cerca de la estufa caliente. Quizás trate de agarrar algo que podría romperse. Sólo levántelo y aléjelo de lo que no debe tocar.



Cómo se desarrolla el cerebro del bebé



Cada cerebro, igual que cada niño, es único. A continuación se encuentran las conclusiones de algunos investigadores que pueden ayudarle con el desarrollo del cerebro de su bebé:

- ★ Su bebé hará sonidos como "ba", "ma" y "ga". Algunos padres creen que estos sonidos significan más de lo que realmente significan. Tenga paciencia. Pronto los sonidos que hace su bebé significarán algo.
- ★ Háblele al bebé con frecuencia. Esto le ayudará a aprender a usar los sonidos.
- ★ Estar en un lugar seguro donde recibe cariño, le ayuda al bebé a aprender. No es necesario comprar juguetes. Puede ser igual de divertido jugar con ollas y sartenes. Jugar con objetos sencillos es igual de beneficioso para el desarrollo de su bebé.
- ★ Elogiar el buen comportamiento de su bebé es bueno para usted y para él. Demuéstrele que le agrada su comportamiento. Esto le impulsa a hacer más cosas que le agradan a usted.
- ★ Cuando lo lleva a lugares desconocidos, el bebé querrá alcanzar los objetos nuevos que ve. No es su intención portarse mal. Planee por adelantado y lleve su juguete preferido cuando salga con él.

Juegos para el bebé de 6 meses

El bebé de 6 meses está despierto durante una gran parte del día y quiere jugar. A continuación hay algunas sugerencias sobre cómo divertirse con su bebé:

Juegue a nombrar los objetos. Señálele la nariz y diga "nariz". Haga lo mismo con los ojos, las manos y los juguetes.

Juegue a hacer tortillitas.

Cante la canción "El chorrito" y cuando diga "... se hacía grandote, se hacía chiquito..." levante y baje los brazos del bebé. No le jale los brazos ni lo levante por los brazos.

Cubra una parte de un juguete con una cobija o una tela. Deje que el bebé agarre el juguete y aprenda a quitar la cobija.

Ponga varios vasos de plástico en una caja de zapatos. Los vasos pueden ser de diferentes tamaños. Meta la mano a la caja y saque un vaso. Luego, saque otro vaso y así sucesivamente. Después de hacer esto varias veces, el bebé lo imitará.

Ponga una fotografía grande de usted y del papá cerca de la cuna o silla alta. Cuando diga "mamá" o "papá" señálele las fotos. Dígale: "ahí está mami" o "ahí está papi".

El piso es para jugar

Los bebés de 6 meses necesitan pasar mucho tiempo en el piso para que puedan aprender a gatear. Si a su bebé no le gusta estar en el piso solo, siéntese con él. Juegue con él en el piso.

A continuación hay dos actividades que puede hacer en el piso:

Siente al bebé. Apóyelo con almohadas. Hágale rodar una pelota suave y aplauda cuando él trate de rodársela a usted.

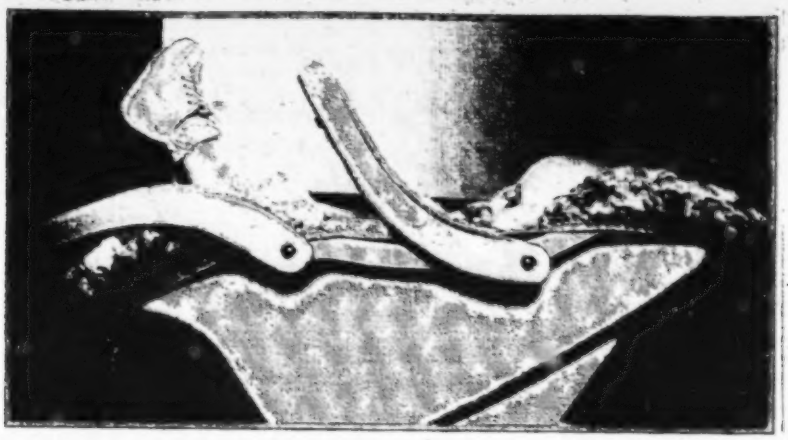
Dele al bebé dos vasos de plástico. Enséñele a chocarlos o a golpearlos en el piso.

BEST COPY AVAILABLE

Rincón de prevención

A continuación hay algunas sugerencias sobre cómo asegurar que a su bebé no le pase nada malo ni se lesione:

- ★ Nunca deje al bebé solo en un lugar alto, como encima de una mesa, un sofá o una cama.
- ★ No lo deje en la cuna cuando los barandales estén abajo. Puede lastimarse si se cae.
- ★ Nunca beba, coma, prepare ni cargue cosas calientes mientras carga al bebé.
- ★ No fume alrededor del bebé. No permita que otras personas lo hagan.
- ★ Nunca le dé al bebé ningún alimento ni objeto con el que podría ahogarse. Solamente dele alimentos molidos.
- ★ Si es posible, fije la temperatura del calentador a 120º F o menos. Esto protege al bebé contra quemaduras.
- ★ Nunca sacuda ni le pegue al bebé.
- ★ Nunca deje al bebé solo con una mascota. Aun las mascotas mansas pueden lastimar al bebé.



En el carro...

- ★ Ponga al bebé en un asiento para el carro en el asiento trasero y abróchele el cinturón de seguridad. El asiento debe estar viendo hacia atrás, no hacia adelante.
- ★ Nunca siente a un bebé en el asiento delantero del carro.
- ★ Nunca cargue a su bebé mientras maneja.
- ★ Nunca deje a su bebé solo en el carro. No lo haga aunque deje las ventanas entreabiertas.

En la cuna...

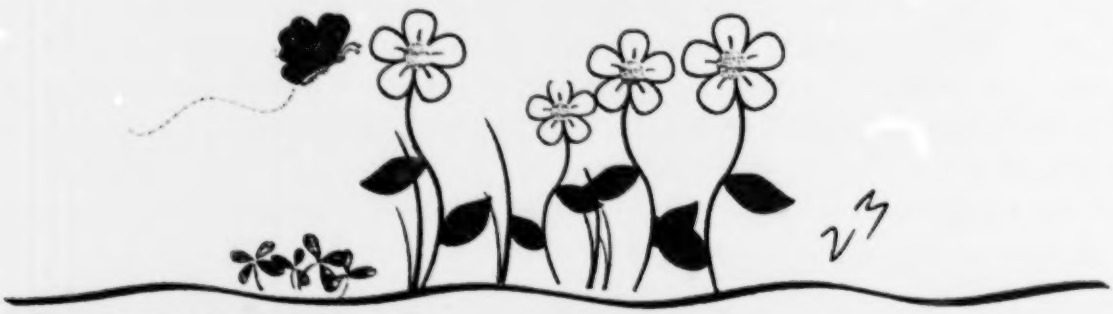
- ★ El colchón debe caber perfectamente en la cuna. No debe haber ningún espacio entre el colchón y los lados de la cuna.
- ★ No cubra el colchón con ningún tipo de bolsa de plástico.
- ★ La separación de las columnas de los lados no debe ser más de 2 3/8 pulgadas.

Cómo lograr que la casa sea segura para el bebé

A continuación hay algunas cosas que puede hacer para asegurarse de que la casa sea segura para su bebé:

- ★ Cierre la puerta del baño.
- ★ Ponga una puerta de seguridad en las escaleras.
- ★ Tape los enchufes que no usa. Use productos hechos específicamente para tapar los enchufes.
- ★ Coloque las cuerdas de las cortinas fuera del alcance del bebé.
- ★ Coloque seguros en los gabinetes.
- ★ Proteja al bebé de los muebles con bordes filosos. Mueva los muebles a otro cuarto o ponga al bebé a jugar en otro lugar.
- ★ Guarde las medicinas fuera del alcance del bebé.
- ★ Quite los productos de limpieza de debajo del lavabo y del fregadero. Póngalos fuera del alcance del bebé.
- ★ Guarde los objetos pequeños y los globos lejos del bebé.

Usted puede aprender más sobre cómo cuidar a su hijo. Llame a la U.S. Consumer Product Safety Commission al 1-800-638-2772. La llamada es gratis.



BEST COPY AVAILABLE

Ratos tranquilos con el bebé

Asegúrese de pasar un rato tranquilo con su bebé todos los días. Apague el televisor y el radio. Seleccione un lugar y una hora para que usted y el bebé puedan pasar un tiempo tranquilo.

Su bebé debe conocerlo a usted. Y usted debe conocerlo a él. Cada bebé tiene una forma de ser diferente. Algunos son activos y otros son tranquilos. A algunos no les gusta cambiar la rutina diaria.

Usted es la primera persona que le enseña a su hijo. Tiene mucho que aprender antes de entrar a la escuela. Tiene que aprender a hablar, caminar y alimentarse solo. Pero tiene mucho más que aprender para que pueda tener éxito más adelante en la escuela.

Durante los primeros tres años de vida, su bebé aprende muchos conceptos importantes. Ahora, puede levantar un juguete o hacer sonidos diferentes.

Tiene que aprender a llevarse bien con otras personas. Esto lo aprenderá de usted y de su familia. También lo aprenderá cuando juega con otros niños.

Su bebé aprenderá la idea de "causa y efecto". Cuando sacude una sonaja y se ríe del sonido, aprende que puede hacer que algo suceda.

Cargue al bebé con frecuencia. Esto le ayudará a aprender a confiar y a querer.

Usted puede aprender más sobre cómo enseñarle a su hijo a medida que crece. Hable con el doctor o con el personal de la clínica. Quizás tenga una lista de libros, videos o clases útiles.

Fuentes de información para las familias

Las familias que participan en el programa Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por su sigla en inglés) pueden obtener información en las oficinas locales de WIC sobre cómo amamantar, cómo alimentar con fórmula y la nutrición. Las familias que reúnen los requisitos para el programa WIC reciben orientación sobre la nutrición y alimentos complementarios, como fórmula para bebés, leche y cereal. Para encontrar la oficina de WIC más cercana, llame al departamento de salud estatal o visite el sitio de WIC en la Red en www.fns.usda.gov/wic/. Muchas bibliotecas públicas ofrecen acceso gratis a Internet y ayuda para las personas que nunca lo han usado.

Para mayor información sobre la educación temprana, puede ponerse en contacto con el Departamento de Educación de EE.UU. al 1-800-872-5327 (1-800-USA-LEARN) o visitar el sitio en la Red en www.ed.gov/offices/OESE/teachingouryoungest/.

Para informarse sobre las opciones de cuidado de niños, puede ponerse en contacto con Child Care Aware del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. al 1-800-424-2246 ó puede visitar su sitio en la Red en www.childcareaware.org/.

Para mayor información y recursos sobre la depresión posparto, cómo amamantar y muchos otros asuntos de salud de la mujer, llame al National Women's Health Information Center al 1-800-994-9662 (1-800-994-WOMAN). También puede visitar su sitio en la Red en www.4woman.org/.

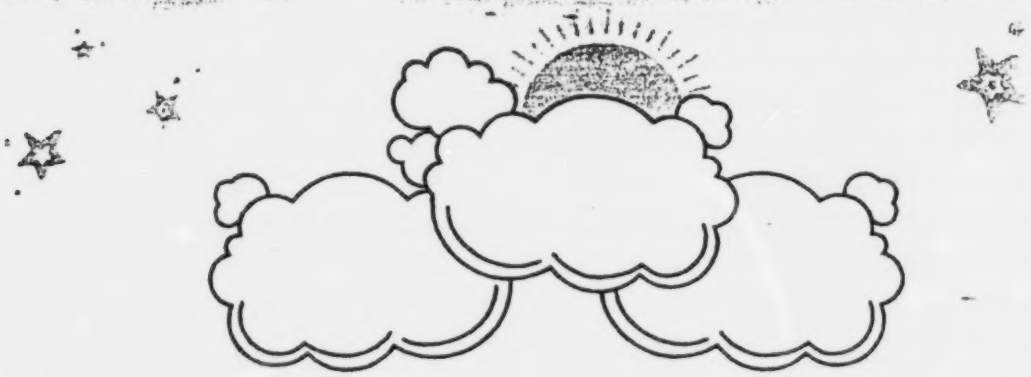
Para saber más sobre cómo amamantar, puede llamar a La Liga de la Leche al 1-800-525-3243 (1-800-LALECHE), o puede visitar su sitio en la Red en www.lalecheleague.org/.

Para saber más sobre el seguro médico gratis o de bajo costo para niños, puede llamar al programa Asegure a Sus Hijos Ahora del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. al 1-877-543-7669 (1-877-KIDSNOW). También puede visitar el sitio en la Red en www.insurekidsnow.gov/.

La línea directa de la Asociación Americana de Centros de Control de Envenenamiento (AAPCC, por su sigla en inglés), 1-800-222-1222, también debe estar en su lista de teléfonos para casos de emergencia. Para saber más, puede visitar el sitio de AAPCC en la Red en www.aapcc.org/.

Si no le alcanza el dinero para comprar un asiento de seguridad para el carro puede comunicarse con la Administración Nacional de Seguridad Vial. Ellos pueden darle información sobre organizaciones que ayudan a familias de bajos recursos a comprar un asiento de seguridad para el carro o a pedir uno prestado. Puede llamarles al 1-800-424-9393 ó visitar su sitio en la Red en www.nhtsa.dot.gov/.

Para saber más sobre la seguridad, puede llamar a la Consumer Product Safety Commission al 1-800-638-2772 ó visitar su sitio en la Red en www.cpsc.gov/.



El próximo mes

El futuro de su familia

El amamantamiento y el embarazo

Los papás y los bebés deben pasar tiempo juntos

Juegos para el bebé

- ...¡y mucho, mucho más!

Los departamentos de Agricultura, Educación y Salud y Servicios Humanos de EE.UU. distribuyen este folleto y éste es del dominio público. Se autoriza la reproducción completa o parcial. No es necesario tener permiso para reproducir esta publicación, pero se debe hacer la siguiente mención: Departamento de Agricultura de EE.UU., Departamento de Educación de EE.UU., Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU., *Buen Comienzo, Buen Futuro: El Bebé de Seis Meses,* Washington, D.C., 2002.

Para pedir copias de esta publicación,

escriba a: ED Pubs, Education Publications Center, U.S. Department of Education, P.O. Box 1398, Jessup, MD 20794-1398;

o mande un fax al: 301-470-1244;

o escriba por correo electrónico a: edpubs@inet.ed.gov;

o llame gratis al: 1-877-433-7827 (1-877-4-ED-PUBS). Si el servicio 877 aún no está disponible en su localidad, llame al 1-800-872-5327 (1-800-USA-LEARN). Las personas que usan dispositivos de telecomunicación para personas sordas (TDD) o teletipos (TTY) deben llamar al 1-800-437-0833;

o pida las copias en línea en: www.ed.gov/pubs/edpubs.html/.

Esta publicación se puede bajar en inglés del sitio en la Red del Departamento de Educación en www.ed.gov/offices/OESE/earlychildhood/healthystart/. A partir de octubre de 2002, también estará disponible en español en el sitio del Departamento de Educación.

A petición, esta publicación está disponible en otros formatos, tales como Braille, letra grande, audiocasete y disquete para computadora. Para mayor información, favor de comunicarse con el Alternate Format Center del Departamento de Educación al (202) 260-9895 ó al (202) 205-8113.

BEST COPY AVAILABLE

U.S. Department of Education
Office of Educational Research and Improvement (OERI)
National Library of Education (NLE)
Educational Resources Information Center (ERIC)

NOTICE

Reproduction Basis

	This document is covered by a signed "Reproduction Release (Blanket)" form (on file within the ERIC system), encompassing all or classes of documents from its source organization and, therefore, does not require a "Specific Document" Release form.
X	This document is Federally-funded, or carries its own permission to reproduce, or is otherwise in the public domain and, therefore, may be reproduced by ERIC without a signed Reproduction Release form (either "Specific Document" or "Blanket").